

	令和7年2月10日(月)	令和7年2月11日(火)	令和7年2月12日(水)	令和7年2月13日(木)	令和7年2月14日(金)	令和7年2月15日(土)	令和7年2月16日(日)
朝	御飯 お豆のコンソメ煮 ふきの炒め煮 牛乳	御飯 鶏団子のみぞれ煮 白菜のツナ和え 牛乳	御飯 ベーコンと卵の洋風煮 卵の花の柚子風味 牛乳	御飯 大豆煮 ブロッコリーのサラダ 牛乳	御飯 高野豆腐と芽ひじきの煮物 ハムともやしのナムル 牛乳	御飯 豚肉と昆布の沖縄風炒め 里芋のゆずそばろ 牛乳	パン アスパラガスの卵炒め ごぼうサラダ 牛乳
昼	御飯 さばのからし焼き 海鮮チヂミ 春菊とかまぼこの和え物 みそ汁	御飯 豚の甘辛煮 かつお節 キャバツとハムのコールスロー すまし汁	御飯 ホッケの塩焼き なすのミートソースかけ 人参と竹輪のごま和え みそ汁	御飯 豚肉のオスターソース炒め 金平れんこん いんげんの菜種和え すまし汁	御飯 さわらのみりん焼き 人参と揚げの炒め煮 菜の花と竹輪の和え物 みそ汁	御飯 照りマヨハンバーグ チゲン菜とかぼこの煮浸し 春雨サラダしそ風味 みそ汁	御飯 ゆで鶏の南蛮 かに風味天ぷら磯辺天ぷら 玉ねぎと若布のナムル すまし汁
おやつ	しっとりどら焼き(カスタード)	チョコレートムース	青りんごゼリー	ドームケーキ(カスタード)	プリン	ワッフル	やわらか水ようかん
夕	御飯 キャバツと鶏のちゃんぽん風 かぼちゃの煮物 いんげんのおかか和え みそ汁	五目御飯 赤魚の味噌煮 じゃが芋の洋風煮 冬瓜のピクルス みそ汁	御飯 鶏のバターしょうゆ焼き チンゲン菜と揚げの煮浸し 切り干し大根の酢の物 すまし汁	御飯 めばるの煮つけ じゃが芋と玉葱の炒め煮 こんにゃくのおかか和え みそ汁	牛しぐれちらし カラフルピーマン炒め かぼちゃサラダ すまし汁	御飯 ぶりの煮つけ 金時煮豆 蒸し鶏のマリネ みそ汁	御飯 あじの香味野菜パン粉焼き さつま芋の煮物 白菜のドレッシング和え みそ汁
	令和7年2月17日(月)	令和7年2月18日(火)	令和7年2月19日(水)	令和7年2月20日(木)	令和7年2月21日(金)	令和7年2月22日(土)	令和7年2月23日(日)
朝	御飯 ふろふき鶏大根 人参とコンヤクの甘酢金平 牛乳	御飯 チーズオムレツ もやしの酢の物 牛乳	御飯 麩と卵の煮物 ひじきと枝豆の白和え 牛乳	御飯 厚焼き玉子 人参とちくわの炒り煮 牛乳	御飯 厚揚げのあっさり炊き カリフラワーのゆかり和え 牛乳	パン ウイン-と卵のキャップ炒め 小松菜のドレッシング和え 牛乳	御飯 大豆としらすの煮物 無限ピーマンサラダ 牛乳
昼	御飯 豚肉のデミソース煮 なすの煮物 ブロッコリーの菜種和え すまし汁	なめこおろしそば 薩摩揚げの炒り煮 菜の花のツナ和え	カレーピラフ めばるのハーブ焼き かぼちゃのカニあんかけ 小松菜とかぼこのお浸し コンソメスープ	御飯 白身フライ ふわふわ豆腐のもずく煮 チンゲン菜のお浸し みそ汁	御飯 豚肉のにんにく味噌炒め きのこ煮 ほうれん草としらすのお浸し すまし汁	御飯 さわらの生姜煮 薩摩揚げの煮合わせ マカロニサラダ みそ汁	御飯 塩豚 菜の花と揚げの煮浸し ひじきと大根の酢の物 みそ汁
おやつ	焼きドーナツ(チョコ)	バニラロールケーキ	プリン	はちみつレモンゼリー	ドームケーキ(こしあん)	みかんゼリー	しっとりまんじゅう(黒糖)
夕	御飯 赤魚の煮つけ がんもとれんこんの煮物 ポテトサラダ みそ汁	御飯 さばのみりん焼き 細切昆布の煮物 ピーマンのうま味ナムル みそ汁	御飯 回鍋肉 大根の生姜煮 こんにゃくのゆず和え みそ汁	御飯 鶏肉のすりおろしオコソテー にんじんしゅうまい 3色野菜の中華風ごま和え すまし汁	御飯 あじの塩焼き さつま芋のオレンジ煮 切干大根の酢の物 みそ汁	御飯 クリームシチュー 南瓜のごままぶし しろ菜のお浸し コンソメスープ	御飯 ぶりの照り焼き 冬瓜のとろみ煮 キャバツのピーナツ和え みそ汁

	令和7年2月24日(月)	令和7年2月25日(火)	令和7年2月26日(水)	令和7年2月27日(月)	令和7年2月28日(金)	
朝	御飯 大根と牛肉のコトコト煮 春雨サラダ 牛乳	御飯 高野豆腐の卵とじ そばろきんぴら 牛乳	御飯 スクランブルエッグ ひじきの煮物 牛乳	御飯 えびの彩りしんじょう 菜の花のお浸し 牛乳	御飯 大根のそばろあんかけ かひんわりとツナのサワー漬け 牛乳	 
昼	麻婆丼 ごった煮 春菊とカマボコのお浸し 中華スープ	御飯 豚すき焼き さつま芋の甘露煮 切り干し大根のごま酢 みそ汁	☆ お祝い膳 ☆ 海鮮ちらし寿司 たらのあんかけ かぼちゃと昆布の煮物 もやしの酢の物 すまし汁 フルーツカクテル	御飯 親子とじ 大豆煮 白菜とカニカマのお浸し みそ汁	御飯 さわらのごま煮 高野の煮合わせ 若布の生姜甘酢 みそ汁	
おやつ	はちみつレモンゼリー	今川焼(こしあん)	やわらか水ようかん	バニラロールケーキ	青りんごゼリー	
	御飯 バジルチキン れんこんのお好み焼き風炒め 3種の豆と豆乳のサラダ みそ汁	御飯 赤魚の西京焼き かぶの煮物 ほうれん草の白和え すまし汁	御飯 豚肉の生姜照り焼き 小松菜と人参の煮浸し ピーマンの梅和え みそ汁	御飯 さばの梅かつお焼き じゃが芋のにっころがし スパゲティサラダ みそ汁	御飯 豚肉とキャバツの甘味噌炒め ピーマンと竹輪のきんぴら しろ菜と揚げのお浸し すまし汁	